

Coronavirus-Krankheit 2019 (COVID-19)

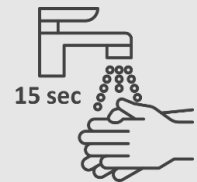
Selbstisolation: Leitfaden für Pflegepersonal, Haushaltsmitglieder und enge Kontakte

Wenn Sie jemanden betreuen oder mit jemandem zusammenleben, der das Virus hat, gelten Sie als „enger Kontakt“.

Ihre örtliche Gesundheitsbehörde gibt Ihnen spezielle Anweisungen, wie Sie Ihre eigene Gesundheit überwachen, was zu tun ist, wenn Sie sich krank fühlen, und wie Sie mit ihnen Kontakt aufnehmen können. Sagen Sie Ihrem Gesundheitsdienstleister unbedingt, dass Sie engen Kontakt zu jemandem mit COVID-19 hatten.

Waschen Sie sich häufig die Hände

- Waschen Sie Ihre Hände häufig mit Seife und Wasser nach jedem Kontakt mit der infizierten Person.
- Verwenden Sie als Alternative ein alkoholhaltiges Händedesinfektionsmittel.



Tragen Sie eine Maske, Handschuhe und einen Augenschutz

- Tragen Sie eine Maske, Handschuhe und einen Augenschutz, wenn Sie Kontakt mit dem Speichel oder anderen Körperflüssigkeiten der Person (z. B. Blut, Schweiß, Speichel, Erbrochenem, Urin und Fäkalien) haben.
- Beispiele für Augenschutz sind Sicherheitsbrillen, Schutzbrillen und Gesichtsschutzschilde.



Entsorgen Sie Handschuhe und Maske nach dem Gebrauch

- Ziehen Sie die Handschuhe und die Maske sofort nach der Pflege aus und entsorgen Sie sie in dem mit einem Plastikbeutel ausgekleideten Abfallkorb.
- Ziehen Sie zuerst die Handschuhe aus und reinigen Sie Ihre Hände mit Wasser und Seife, bevor Sie die Maske abnehmen.
- Die meisten Gesichtsschutzschilde und Schutzbrillen können wiederverwendet und zwischen dem Gebrauch mit Geschirrspülmittel und Wasser oder einem Desinfektionstuch gereinigt werden.
- Reinigen Sie Ihre Hände noch einmal mit Wasser und Seife, bevor Sie Ihr Gesicht berühren oder etwas anderes tun.



Beschränken Sie die Anzahl der Besucher in Ihrer Wohnung

- Haben Sie nur Besucher, die Sie sehen müssen, und halten Sie die Besuche kurz.
- Halten Sie Senioren und Menschen mit chronischen Krankheiten (z.B. Diabetes, Lungenprobleme und Immunschwäche) von der infizierten Person entfernt.



Vermeiden Sie die gemeinsame Nutzung von Haushaltsgegenständen

- Teilen Sie kein Geschirr, keine Trinkgläser, Tassen, kein Essgeschirr, keine Handtücher, Bettwäsche oder keine anderen Gegenstände nicht mit der zu untersuchenden Person.
- Nach Gebrauch sollten diese Gegenstände mit Seife oder Waschmittel in warmem Wasser gewaschen werden. Es wird keine spezielle Seife benötigt.
- Geschirrspüler und Waschmaschinen können benutzt werden.
- Teilen Sie keine Zigaretten.



Reinigen

- Reinigen Sie Ihr Haus mit normalen Haushaltsreinigern.
- Reinigen Sie regelmäßig berührte Gegenstände wie Toiletten, Wasserhahngriffe von Waschbecken, Türklinken und Nachttische auf täglicher Basis.



Wäsche gründlich waschen

- Es ist nicht nötig, die Wäsche zu trennen, aber Sie sollten Handschuhe bei der Handhabung tragen.
- Reinigen Sie Ihre Hände sofort nach dem Ausziehen der Handschuhe mit Seife und Wasser.



Seien Sie vorsichtig, wenn Sie Abfall berühren

- Alle Abfälle können in normalen Mülltonnen entsorgt werden.
- Achten Sie beim Entleeren der Papierkörbe darauf, dass Sie die gebrauchten Papiertaschentücher nicht mit Ihren Händen berühren. Das Auskleiden des Papierkorbs mit einem Plastiksack macht die Abfallentsorgung einfacher und sicherer.
- Reinigen Sie Ihre Hände nach dem Leeren des Papierkorbs mit Seife und Wasser oder einem alkoholhaltigen Händedesinfektionsmittel.



Erfahren Sie mehr über das Virus

COVID-19 ist ein neues Virus. Es breitet sich durch Atemtröpfchen einer infizierten Person auf andere Personen aus, mit denen sie engen Kontakt haben, wie z. B. Personen, die im gleichen Haushalt leben oder Pflegeleistungen erbringen. Aktuelle Informationen zu COVID-19 finden Sie auch auf der Website des Gesundheitsministeriums von Ontario: ontario.ca/coronavirus.

Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an

Die Informationen in diesem Dokument entsprechen dem Stand vom 31. Juli 2020